ૐ

શ્રી પરમાત્માને નમઃ

# સદ્‌બોધ નીતિ વચનમાળા.

યોજક.

માસ્તર અંબાલાલ જીવરામ તથા માસ્તર ઉમેદચંદ રાયચંદ, જૈન જ્ઞાન વર્ધક ઇંગ્રેજી શાળાના શિક્ષકો.

છપાવી પ્રસિદ્ધ કર્તા.

માસ્તર અંબાલાલ જીવરામ તથા
માસ્તર ઉમેદચંદ રાયચંદ.
જૈન બુકસેલર્સ એન્ડ પબ્લીશર્સ.
ઠે. પાંજરાપોળ—અમદાવાદ.

આવૃત ૧ લી. પ્રત ૭૦૦

વીર સંવત ૨૪૪૩ વિક્રમ સંવત ૧૯૭૩ સને ૧૯૧૭

શ્રી 'સત્યવિજય' પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં શા. સાંકલચંદ હરીલાલે છાપ્યું પાંચકૂવા નવા દરવાજા—અમદાવાદ.

કિંમત રૂ. ૦—૧—૬

ભલી ભાર્ત ભૂમિ વિષે રોજ રે'તો,
હશે કો બિચારો નથી જેહ કે'તો;
" ભલો દેશ મારો ભલી ભોમ મારી,
મને પ્રાણથી નિત્ય છે એજ પ્યારી." ૧

હશે મૂઢ કો માસ્તો ભૂમિ ભારે,
નથી દેશની દાઝ જેને લગારે;
સદા શુષ્ક હૈયું રહે વજ્ર જેવું,
કશું કેમ જાણે નથી લેવું દેવું. ૨

હશે તે કદાપિ બહુ લક્ષ્મીવાળો,
વડો વૈભવી રાજવી તે કૃપાળો;
તથાપિ ન તેને વિવેકી વખાણે,
ભરે પેટ તે કાગ કીડા પ્રમાણે. ૩

ॐ

श्री परमात्माने नमः

# સદ્બોધ નીતિ વચનમાળા.


યેાજક

માસ્તર અંબાલાલ જીવરામ તથા માસ્તર ઉમેદચંદ રાયચંદ, જૈન જ્ઞાન વર્ધક શાળાના શિક્ષકેા અમદાવાદ.



છપાવી પ્રસિદ્ધ કર્તા.

માસ્તર અંબાલાલ ઉમેદચંદ એન્ડ કંપની.

જૈન બુકસેલર એન્ડ પબ્લીશર્સ.

પ્રત. ૩૦૦૦ આવૃત્તિ ૧ લી.

વીર સંવત ૨૪૪૩ સને ૧૯૧૭ વીક્રમ સંવત ૧૯૭૩

શ્રી 'સત્યવિજય' પ્રીન્ટીંગ પ્રેસમાં શા. સાંકલચંદ હરીલાલે છાપ્યું પાંચકૂવા નવા દરવાજા—અમદાવાદ.

કિંમત રૂ. ૦—૧—૬

# પ્રસ્તાવના.

વ્હાલા બંધુઓ અને બ્હેનો,

એક વખત એવો હતો કે આપણો દેશ નીતિના ટોચે બીરાજતો હતો. આપણા દેશના માણુસોનું ચારિત્ર દુનીઆની સપાટી ઉપરના કોઇ પણ દેશના માણુસોના ચારિત્ર કરતાં ચઢીઆતું હતું. અત્યારે એજ દેશની અંદર નીતિનો પ્રાય નાશ થઈ ગયા જેવો છે. પ્રાશ્ચાત્ય સંસર્ગથી આપણે નીતિની બાબતમાં ઘટતા જઈએ છીએ. તેથી આપણા દેશના વિદ્યાર્થીઓ, જેમના નીતિ અને ચારિત્ર ઉપર આપણા ભારતવર્ષના ભવિષ્યનો આધાર છે. તેઓ કાંઇક અંશે આ નાનકડા પુસ્તકમાં આપેલા નિયમોનું બુદ્ધિ પૂર્વક મનન્ કરી પોતાના ચારિત્રમાં ગુંથવા પ્રયાસ કરશે તો આપણો દેશ પુનઃ પોતાનું ગારવ પ્રાપ્ત કરશે. તેવી આશાથી આ પુસ્તક પ્રજા સમક્ષ મુકવામાં આવ્યું છે.

આ પુસ્તકમાં આપેલા નીતિના સિદ્ધાન્તો અમારા પોતાના છે એમ કહેવા માગતા નથી. મહાન પુરૂષોના

અનુભવની પ્રસાદી છે. અમારા વ્હાલા બંધુઓ તથા બ્હેનોને અમારી નમ્રતા પુર્વક વિનંતી છે કે તેઓ આ પુસ્તકમાં આપેલા નિયમોનું દરરોજ રટન કરીને તે પ્રમાણે કાર્યમાં મુકવા પ્રયત્ન કરશો અને આ પુસ્તકને પોતાના માર્ગ દર્શક તરીકે ગણીને પોતાના ખીસામાં રાખીને વારંવાર ઉપયોગ કરશો તેવી આશા છે. તેનો વધુમાં વધુ લાભ લેવાનો સૌથી સારો સસ્તો એ છે કે જે નિયમો સૌથી સારા અને ઉપયોગમાં મુકી શકાય તેવા લાગતા હોય તેવા ઉપર પેન્સીલથી માર્ક કરીને હંમેશાં આનંદપૂર્વક વાંચીને જેટલું બની શકે તેટલું અમલમાં મુકશો.

આ પુસ્તકની યોજના કરવામાં જે જે મદદરૂપે હિતેષીઓએ સૂચનાઓ કરી છે તેમનો આ સ્થળે અંતઃકરણપૂર્વક ઉપકાર માનવામાં આવે છે.

લી. યોજકો.



विद्या नाम नरस्य रुपमधिकं पच्छन्न गुप्तं धनं
विद्या भोग करी यशः सुखकरी विद्या गुरूणां गुरुः ।
विद्या बन्धुजनो विदेश गमने विद्या परा देवता
विद्या राजसु पूजिता नतु धनं विद्या विहीनः पशुः ॥

विपदि धैर्य मथाभ्युदये क्षमा
सदसि वाक्पटुता युधि विक्रमः ।
यशसि चाभिरति र्व्यसनं श्रुतौ
प्रकृति सिद्ध मिदं हि महात्मनाम् ॥

भवन्ति नम्रास्तरवः फलोद्गमै
र्नवाम्बुभिर्भूरि विलम्बिनो घनाः ।
अनुद्धताः सत्पुरुषाः समृद्धिभिः
स्वभाव एवैष परोपकारिणाम् ॥



|| ૐ ||

શ્રી પરમાત્માને નમઃ

# સદ્‌બોધ નીતિ વચનમાળા.

રત્નોની કિંમત કરતાં નીતિ વચનમાળાનાં રત્નોની કિંમત વધારે ગણજો.

'સાચું તે મ્હારૂં, મ્હારૂં તે સાચું નહિ' એ સિદ્ધાન્તનું યથાર્થ રહસ્ય સમજીને અમલમાં મુકશો.

સુવર્ણના અલંકારો કરતાં નીતિનાં અલંકારો વધારે પસંદ કરજો.

વાંચીને અમલમાં મુકવાની ટેવ પાડશો તો દુનીઆમાં મહાન્ માણસ થશો.

## કર્તવ્યમાં મુકવા લાયક શિક્ષા વચનો.

૧ જીવનની એક ક્ષણ કરોડો સોનામ્હોરથી પણ ખરીદી શકાતી નથી, તેને વ્યર્થ ગુમાવવા જેવી બીજી કઈ નુકશાની છે?

૨ સદ્‌ઉદ્યોગ સદ્‌ભાગ્યનો સહોદર છે, આજની કિંમત

આવતી કાલથી ડબલ છે આજે બને તે કાલ ઉપર રાખો નહી.

૩ વખત કુદરતનો ખજાનો છે, ઘડી અને કલાકો તેની તીજોરીઓ છે, પળો કે ક્ષણો તેના કિમતી હીરા છે

૪ જ્ઞાન અને વિવેક ખરી આંખો છે, એના વિના માણુસ છતી આંખે આંધળો છે. તે ખાડામાં પડે તેમાં નવાઇ શું ?

૫ ડોકટર, બેરિસ્ટર કે પ્રોફેસરની ડિગ્રી મેળવવામાંજ કેળવણીનો હેતુ પુરો થતો નથી, પણ જાહેર સેવા, બજાવવામાં અને આત્મ શ્રેય સાધવામાં તેનો ખરો હેતુ પાર પડે છે, ખરી રીતે જેનાથી મન મારતાં શિખાય તેજ ખરી કેળવણી.

૬ જે માણુસ પોતાની ઇચ્છાને કાબુમાં રાખી શકે નહી તે જીવનની મુશ્કેલીઓ દૂર કરી વિજય મેળવી શકે નહી.

૭ સમાજ સેવા અને દેશ સેવા એ ઉત્તમ છે પણ આત્મ સેવા એ સર્વથી ઉત્તમ છે. કેમકે જગતના સર્વ પ્રાણીઓને આત્મવત્ ગણે, પરધન પથ્થરસમ ગણે, અને પરસ્ત્રી માતા તુલ્ય માને તેનાથીજ આત્મસેવા થઇ શકે છે.

૮ પ્રશંસાની ઇચ્છા રાખો નહી પણ પ્રશંસા થાય તેવા

કાર્યો કરો, કીર્તિ સત્કાર્યની સાથેજ રહે છે.

૯ જો તમારે મ્હોટા થવું હોય તો પ્રથમ ન્હાના બનો, ઉંડો પાયો નાખ્યા વિના મ્હોટું મકાન ચણી શકાતું નથી.

૧૦ મ્હોટાઇનું માપ ઉમ્મરથી કે શ્રીમંતાઇથી નહી પણ અક્કલથી કે ઉદારતાથી થાય છે, માટે ડાહ્યા અને ઉદાર બનો.

૧૧ તલવારની કિંમત મ્યાનથી નહી પણ ધારથી થાય છે, તેમ માણુસની કિંમત ધનથી નહી પણ સદાચારથી થાય છે.

૧૨ વૈર લેવું એ હલકાઈનું કામ છે; ત્યારે ક્ષમા કરવી તે મ્હોટાઇનું કામ છે; વૃક્ષો પથ્થર મારનારને પણ ફળો આપે છે.

૧૩ વાદળાંઓ વરસે અને વૃક્ષો ફળો આપે ત્યારે નીચે નમે છે, તેમ સમૃદ્ધિ પામ્યા પછી વધારે નમ્ર બને તેજ સજ્જન ગણાય.

૧૪ વરસાદ માંગ્યા વગર વરસે છે તેમ સજ્જનો માંગ્યા વગર પોતાની સમૃદ્ધિ પરોપકારનાં કામોમાં ખરચે છે.

૧૫ પદવીએ ચઢયા પછી ગરીબોના ઉપર દયા ન રાખે તેજ શેતાન, શેતાનના ઉપર કાંઇ શીંગડાં ઊગતાં નથી.

૧૬ સખાવત સ્વર્ગની કુંચી છે અને દયા ખાનદાનીનેા ખજાનેા છે; પથ્થર જેવા હૃદયની સાથે ખાનદાની રેહેતી નથી,

૧૭ નદીનું પાણી અસલ સમુદ્રમાં મળે છે, તેમ દાન આપનારની દેાલત પાછી વ્યાજ શીખે દાતારનેજ મળે છે.

૧૮ ભુંડાઇને બદલે પણ ભલાઈ કરે અને અપકારીનેા પણ ઉપકાર કરે તે ખરેા સત્પુરૂષ સમજવેા.

૧૯ ચડતીમાં ગર્વ ન કરે. પડતીમાં ખેદ ન કરે અને શરણાગતનેા કદી પણ ત્યાગ ન કરે, તેજ મ્હેાટેા માણસ.

૨૦ સાંભળે કે ગ્રહણ કરે તેનેજ શિખામણ આપવી સારી; મૂર્ખને શિખામણ દેવી તે સર્પને દૂધ પાવા બરાબર છે.

૨૧ બીજાને ઠપકેા આપેા તેજ અવગુણ પેાતાનામાં હેાય તેા, પ્રથમ પેાતાનેા અવગુણ દૂર કરવેા પછી બીજાને કહેવું.

૨૨ ચેાર, વ્યભિચારી, ધર્મદ્રેાહી, રાજદ્રેાહી માણસથી હમેશ દૂર રેહેવું, તેમની સેાબત પાયમાલીમાં ઊતારનારી છે.

૨૩ અનેક યુદ્ધેામાં જીત મેળવનાર યેાદ્ધા કરતાં મનેા-

રાજ્ય ઉપર જીત મેળવનાર મ્હોટો યોદ્ધો ગણાય.

૨૪ શ્રીમંતો અને ત્યાગીઓને સંતોષમાં જે સુખ મળી શકે, તે સુખ બીજી કોઈ પણ ચીજમાં મળતું નથી.

૨૫ ધનમાં, મોજશોખમાં અને ખાવાપીવામાં સંતોષ રાખવો પણ જ્ઞાનમાં, દાનમાં અને ધર્મમાં સંતોષ ન રાખવો.

૨૬ જેનાથી દુઃખ મટે તેનીજ પાસે હૃદય ખોલવું; જેની તેની પાસે હૃદય ખોલવાથી માણસની હલકાઈ થાય છે.

૨૭ અફીણ કરતાં કરજ વધારે ઝેરી છે, અફીણ ખાનારનેજ મારે છે, ત્યારે કરજ દીકરાના દીકરાને પણ મારે છે.

૨૮ ઉત્તમ પુસ્તકો સત્સંગ જેટલું કામ કરે છે, ત્યારે ખરાબ પુસ્તકો સત્સંગની સારી અસરને ભુંસી નાંખે છે.

૨૯ ધર્મનું મૂળ વિનય છે; કપટથી નહી પણ ખરાં દિલથી વડીલો, સજ્જનો અને ગુરૂઓનો વિનય સાચવવો.

૩૦ ઉપકારીનો ઉપકાર ભૂલી જનારમાં માણસાઇનો ગુણ રહી શકતો નથી; પશુઓ પણ ઉપકારનો બદલો વાળે છે.

૩૧ જો તમારે પવિત્ર જીવન ગુજારવું હોય તો અંતઃકરણ પવિત્ર કરવા પુરતો પ્રયત્ન કરો. બહારના સાધનો નકામા છે.

૩૨ પરમાત્મા પવિત્ર છે, તે પવિત્ર પ્રભુને મેળવવા તમારે પણ ખુલ્લાં હૃદયના નિષ્કપટી અને પવિત્ર થવું જોઇએ.

૩૩ સત્યવ્રત સર્વથી ઉત્તમ વ્રત છે એક વખત પણ જુઠું બોલવાથી પ્રમાણીકપણામાં ખામી આવે છે.

૩૪ મનુષ્યો તમારાં વિચારના નહી થાય પરંતુ તમે વિશાળ વિચારવાલાં થઇ દરેક મનુષ્ય સાથે પ્રેમથી નિભાવી લો.

---

# નિત્ય પાળવાના નિયમો.

---

(અ) સૂર્યોદય થતાં પહેલાં ઉઠવું.

(બ) તમારા માબાપને પગે લાગો.

(ક) તમારા વસ્ત્ર બદલો ને મ્હો સાફ કરો.

(ડ) નિત્ય સ્નાન કરવું.

(ઈ) સ્નાન કર્યા પછી પ્રભુની પુજા ભાવથી કરો ને એમ પ્રાર્થના કરો કે તેમના જેવા સદ્‌ગુણો તમારામાં આવે.

(એફ) હમેશાં નિયમસર તમારો ખોરાક લેજો. ખોરાક સાદો ને રૂચિ પ્રમાણે લેવાની ટેવ રાખશો તો ડાક્તર અથવા વૈદ્યને ત્યાં કદી જવું પડશે નહિ.

(જી) જમ્યા પછી થોડાક વખત બેસીને આફીસ કે સ્કુલમાં જજો. ( અર્થાત્ પોતાના કામે જજો.)

(એચ) હમેશાં વખતસર તમારા કામ ઉપર જજો ને ખરા ઉત્સાહથી ને ખંતથી કાર્ય કરજો

(આઇ) તમારા પ્રસંગમાં આવતા માણસો સાથે હસમુખા ને શાંત સ્વભાવના થજો.

( જે ) કાર્ય કર્યા પછી શરીરને કસરત મલે તેમ કરજો સાંજે જમ્યા પછી ખુલ્લી હવામાં ફરવું. તે સારૂં છે.

( કે ) સાંજરે તમારા જરૂરીઆત પ્રમાણે ખોરાક લેવાની ખાસ ટેવ રાખશો. સારો ખોરાક દેખીને બે ચાર કોળીઆ વધારે ખાવાની લાલચમાં પડશો તો દુઃખી થશો.

(એલ) નિત્ય સુઇ રહ્યા પહેલાં આખા દિવસના કામની નોંધ લેવા ભુલશો નહિ.

(એમ) તમારા ઉપર કોઇ માણસે ઉપકાર કર્યો હોય તો તમારી નોંધ પોથીમાં લખી રાખજો ને તેને વખતસર મદદ કરજો.

૩૬ દિવસે એવું કાર્ય કરવું કે રાત્રીએ નિરાંતે સૂઇ રહેવાય.

૩૭ આઠ માસ એવું કાર્ય કરવું કે ચોમાસામાં કરવું ન પડે.

૩૮ યુવાવસ્થામાં એવું કાર્ય કરવું કે વૃદ્ધાવસ્થામાં સુખે દિવસો નિર્ગમન થાય.

૩૯ જન્મ પર્યંત એવું કાર્ય કરવું કે આવતા ભવમાં દુઃખો વેઠવાં ન પડે.

૪૦ અધમ પુરૂષો વિઘ્નના ભયથી કોઇપણ કાર્યનો આરંભ કરતા નથી.

૪૧ વાંચનાર, જેણે તને ઉપકાર કર્યો હોય, તેનો અપકાર કરવા કદી ઇચ્છીશ નહિ.

૪૨ વિદ્યા ખરચ કરતાં ખૂટે નહિ, તેવું એક અપૂર્વ ધન છે, માટે પૈસાનો સંગ્રહ કરવો તજી દઈ વિદ્યાનો સંગ્રહ ( સંચય ) કર.

૪૩ સાથે એટલું યાદ રાખજે કે વિદ્યાનો ગર્વ કદી કરવો નહી, કેમકે તારાથી વધારે વિદ્યાને ધારણ કરનારા પણ દુનિયામાં ઘણા છે.

૪૪ વાંચનાર ! તને મોક્ષ સુખની વાંછા હોય તો સમ્યગ્ જ્ઞાનની પ્રાપ્તિ કરજે.

૪૫ તારૂં શ્રેય વાંછતો હો તો સત્ પુરૂષોનો સંગ કર, ગુણીજન ઉપર પ્રીતિ રાખ, અને ઉત્તમ પુરૂષોના કાર્યનું અનુકરણ કર.

૪૬ સદાચારથી તારી આબાદી થશે તેમ ધારી સદા-

ચારનું સેવન કર.

૪૭ ગંધ વિના ફુલની શેાભા નથી, દાંત વિના મુખની શેાભા નથી, સત્યતા વિના વચનની શેાભા નથી, તેમ પુણ્ય વિના પુરૂષ શેાભાને પામતેા નથી.

૪૮ વ્રતમાં શીલ ( બ્રહ્મચર્ય ) વ્રત ઉત્તમ, દાનમાં અભય-દાન ઉત્તમ, ગુણમાં વિનય ગુણ ઉત્તમ, તેમજ રૂપમાં ભગવંતનું રૂપ અને વચનમાં સિદ્ધાંત વચન ઉત્તમ જાણવું.

૪૯ સંતેાષથી સુખ મળે છે. સુખથી ધર્મ સાધિ શકાય છે અને ધર્મથી મેાક્ષ મળે છે, માટે સત્‌પુરૂષેાએ અત્યંત સંતેાષ ધારવેા યેાગ્ય છે.

૫૦ જેવી મતિ તેવી ગતિ, જેવી ક્રિયા તેવું કર્મ, જેવેા તપ તેવું ફલ, તેમ જેવેા સંતેાષ તેવુંજ સુખ સમજવું

૫૧ વ્રત ભંગ કરનાર જેવેા કેાઇ પાપી અને વ્રત પાળ-નાર જેવેા કેાઈ ધર્મી નથી.

૫૨ પર્વતમાં મેરૂ મેાટેા, દેવમાં ઇંદ્ર મેાટેા, કેવળીમાં તીર્થંકર મેાટા, ગ્રહમાં ચંદ્ર મેાટેા, સર્વ વ્રતમાં બ્રહ્મચર્ય વ્રત મેાટું તથા પર્વમાં પર્યુષણ પર્વ મેાટું છે; તેમ મંત્રમાં નવકાર મંત્ર મેાટેા છે.

૫૩ સૂર્ય તરફ નજર કરવાથી આંખના તેજનેા ક્ષય થાય છે. તેમ પરસ્રી તરફ નજર કરવાથી મનુષ્યેાનું

પુણ્ય રૂપ તેજ ક્ષય પામે છે; માટે પરસ્ત્રી તરફ ખોટી દૃષ્ટિએ કરવી નહિ,

૫૪ માંસ, મદિરા, શિકાર, ચોરી, જુગાર, વેશ્યા તથા પરસ્ત્રીગમન, એ સાત વ્યસનો ઘોર નરકમાં લઇ જનાર છે, માટે શાણા જનોએ તે સાતે અવશ્ય તજવાં.

૫૫ હે જીવ! પૂર્વે જે શુભ વા અશુભ કર્મ તેં બાંધ્યાં છે તે આ ભવમાં ઉદય આવવાથી તારે ભોગવવાં પડે છે, તેમાં બીજા ઉપર કોપ શા માટે કરે છે! કેમકે કોઈ કોઇને સુખ કે દુઃખ આપતું નથી. કર્યા કર્મ પ્રમાણે ફળ મળે છે, ભાવીભાવ બન્યા કરે છે, તે માટે કષ્ટ પડે ત્યારે શોચ નહિ કરતાં ધીરજ અંગીકાર કરવી, દૈવ પ્રતિકુલ હોય ત્યારે કોઈ રક્ષણ કરી શકતું નથી. બીજાતો નિમિત્ત માત્ર છે.

૫૬ શાસારૂ વિષાદ કરે છે? આ સંસારમાં તો કોઇના મનોરથ પૂર્ણ થાય છે, કોઈના ભંગ થાય છે, કોઇને નિત્ય દુઃખ થાય છે, તો કોઈને નિત્ય સુખ થાય છે, તેથી સત્પુરૂષ તો તેનેજ કહેવો કે જે નિર્મળ સ્વભાવને ધારણ કરી પરોપકારમાં તત્પર થઈ ધર્મમાં રક્ત હોય, અને સંપદા છતાં અહંકાર કરે નહિ, અને કષ્ટ આવે શોચ કરે નહિ.

૫૭ હે અવિવેકી ! જે કુટુંબને માટે તું મોહ કરે છે, અને સદા પાપ કરે છે, તે કુટુંબ તને નરકાદિના દુઃખોથી છોડાવી શકવાનું નથી. લક્ષ્મી જલકલ્લોલવત્ ચપલ છે, મનુષ્યનું લાવણ્ય સંધ્યાના રંગ સરખું છે, બળ કમળપત્ર ઉપર રહેલા જલબિંદુ પેઠે અસ્થિર છે, આયુષ્ય વિજળીના ચમકારા તુલ્ય છે, માટે તેના માટે તારે વિષાદ કરવો નહિ.

૫૮ જે પોતાના સ્વામી, ગુરૂ, શેઠ અગર મિત્રને વિશ્વાસ આપી તેનો ઘાત કરે, તેને બંને લોકમાં સુખ થતું નથી.

૫૯ પંડિત પુરૂષ તો તેનેજ જાણવો કે જે સર્વ સામગ્રી પામી આત્મ હિતમાં તત્પર થાય કે જેથી ફરી જન્મ મરણ કરવાં પડે નહિ. રાજ્યાદિક પૌદ્‌ગલિક સુખ પામવું મુશ્કેલ નથી, પરંતુ સર્વજ્ઞ કથિત ધર્મ રહસ્ય પામવું બહુ કઠણ છે.

૬૦ રે જીવ ! તુ આ ભવમાં ધર્મ નહિ કરે તો તારે પરલોકમાં દહન, છેદન, ભેદન આદિ અનેક દુઃખો સહન કરવાં પડશે, માટે ધર્મને સર્વથી ઉત્તમ જાણીને તેનોજ આદર કર.

૬૧ " ધર્મ એ એક સંસાર–સાગરના તોફાની તરંગો ઓળંગવાની હોડી અને મોક્ષની અનુપમ લિલા

દેખાડનારૂં વૈમાન છે."

૬૨ સર્વ તરફ શુદ્ધ પ્રેમથી જોશો તો દરેક જણ તમારી તરફ તેવી લાગણીથી જોશે.

૬૩ જીવનના આશયો, મહાન અને ઉંચા રાખો.

૬૪ ડાહ્યા માણસો વિચાર કર્યા વિના કોઇપણ કાર્ય હાથમાં લેતા નથી.

૬૫ प्रारभ्य ते न खलु विघ्नभयेन नीचैः
प्रारभ्य विघ्न विहता विरमन्ति मध्याः ।
विघ्नैः पुनः पुनरवि प्रतिहन्यमानाः
प्रारब्ध मुत्तमजना न परित्यजन्ति ॥

હલકા માણસો વિઘ્નના ભયથી કાર્યનો આરંભ કરતા નથી, સામાન્ય માણસો વિઘ્નો આવે એટલે આરંભેલું કાર્ય છોડી દે છે પણ ઉત્તમ મનુષ્યો ગમે તેટલાં વિઘ્નો આવે તે છતાં આરંભેલું કાર્ય કદી છોડતા નથી.

૬૬ કોઇ પણ કાર્ય કરવું હોય તો તેના માટે દૃઢ સંકલ્પ કરો. પછી ખરા ઉત્સાહથી કરશો તો કદી નિષ્ફળ થશો નહિ.

૬૭ 'કાળા માથાનો માનવી શું ન કરી શકે,' ?

The word Impossible was found in the dictionary of fools only.

ઉપરનાં વાકયોનું બરાબર મનન કરો.

૬૮ 'Heaven helps those who help themselves.
તમે તમારી જાતને સહાય કરો તો પરમાત્મા જરૂર તમને સહાય કરશે.

૬૯ દરેક બાબતમાં સારો અર્થ લેતાં શીખો.
" હજારો નિરાશામાં કાંઈ અમર આશા છુપાઇ છે."
એ વાક્ય બરાબર સમજો.

૭૦ બીજાના ભિન્ન અભિપ્રાયને માટે તિરસ્કાર દર્શાવવો નહિ પણ તેમની સાથે સમજીને કાર્ય કરવા પ્રયત્ન કરો.

૭૧ બીજાનો અભિપ્રાય સાંભળીને તિરસ્કાર દર્શાવતા પહેલાં તેના સારા નરસાનો પહેલા બાંધેલા વિચારથી દોરાઇ નહિ જતાં, નિષ્પક્ષપાતથી વિચાર કરજો,

૭૨ તેવીજ રીતે બીજાનું સાંભળીને અથવા દેખા દેખીથી ગ્રહણ કરવા એકદમ તત્પર ન થાઓ. પણ તે જો તમારા શ્રેયસ્‌ને માટે તમને લાગતું હોય તો જ કરજો.

૭૩ દરેક વિષય ઉપર તમારો પોતાનો સ્વતંત્ર અભિપ્રાય બાંધતાં શીખો.

૭૪ કાર્ય કરતાં બદલાની આશા રાખશો નહિ. સ્વમેવ તમને મલશે.

कर्मण्येव अधिकार स्ते माफले कदाचन.

૭૫ Honour and Shame from no condi tion

rise; Act well your part, there the honour lies ગમે તે સ્થીતિમાં હો વા ગમે તે ધંધો કરતા હો તો ગર્વીષ્ટ થશો નહિ તેમ શરમાશો નહિ. પણ જે તમારે કરવાનું હોય તે સારૂં કરો તો તમને માન મલશે.

૭૬ Neatness is next to godliness. સ્વચ્છતાએ ઇશ્વરી ગુણ છે.

૭૭ તમારાં કપડાં તથા તમારૂં મકાન સ્વચ્છ રાખો કારણ કે સ્વચ્છતા ઉપર તમારી તન્દુરસ્તીનો આધાર છે.

૭૮ બીજી કોઇ પણ પ્રાપ્તિ કરતાં તન્દુરસ્તીની પ્રાપ્તિ મેળવવા વહેલો પ્રયત્ન કરો કારણ કે शरीरमाद्यं खलु धर्म साधनम् ( શરીર એજ ધર્મનું સાધન છે ).

૭૯ ખાવા પીવામાં મિતાહારી થાઓ, ઇન્દ્રીઓને ઉશ્કેરી નાંખે તેવી વસ્તુઓનો ત્યાગ કરો.

૮૦ બાહ્ય સ્વચ્છતા કરતાં હૃદયની સ્વચ્છતાઉપર ઘણો આધાર છે,

૮ તમારા બાહ્ય જીવન અને અંતરના જીવનમાં ભેદભાવ રાખશો નહિ.

૮૨ તમારા અન્તરાત્માને ઓળખતાં શીખો.

૮૩ તે તમારા આત્માની સાથેની વાતચીતમાં કાઢેલા વખતનો બદલો તમને ઘણો મલશે.

૮૪ अप्पा सो परमप्पा એ સૂત્રમાં ખુબ વિશ્વાસ રાખો.

૮૫ આત્માની અનન્તશક્તિઓને બહાર લાવવા પ્રયત્ન કરો

૮૬ જે માણુસ આત્માની સેવા બરાબર કરી શકે છે તેજ વિશ્વની સેવા કરી શકશે.

૮૭ વીર ભગવાને આત્માની અનન્ત શક્તિઓને પરિપૂર્ણ ફેરવી છે ને તમે ફેરવી નથી તેટલો તમારામાં અને તેમનામાં ફેર છે.

૮૮ બધી વસ્તુઓમાં આત્મોન્નતિ સર્વે ઉન્નતિઓનું મૂળ છે.

૮૯ आत्मवत् सर्वभूतेषु એ સુત્રને બરાબર રીતે અમલમાં મુકો.

૯૦ मत्री मे सर्व भूतेषु वैरं ममनकेषु चित् ।
अहम् सर्वान् क्षमे जीवान् ते चक्षाम्यन्तु मांसदा ॥

મારે સર્વ સાથે મૈત્રી છે, મારે કોઇ સાથે વેર નથી, હું સર્વ જીવોને ક્ષમા આપું છું, સર્વે જીવો મને ક્ષમા આપો.

૯૧ आत्मैव आत्मनो बन्धः आत्मैव आत्मनोरिषुः

આત્માજ આત્માનો બન્ધુ તથા શત્રુ છે.

૯૨ જો તમારે આત્મોન્નતિ કરવી હોય તો સ્વાર્થનો ત્યાગ કરો.

૯૩ આપણા અલ્પ લાભને માટે બીજાનું નુકશાન કરવું તે સજ્જન માણુસનું લક્ષણ નથી.

૯૪ The greatest good of the greatest number ઘણા માણુસોનું વધુમાં વધું સારૂં હોય તે કાર્ય કરવું તે મહાન્ પુરૂષોની નીતિ છે.

૯૫ Do unto others as you would like them to do.

બીજાની તરફથી જેવું વર્તન કરાવવા માગતા હો તેવું તમે કરો.

૯૬ દરેક તરફ સભ્ય થાઓ. ગમે તેવું કામ હોય તો કંટાળીને તોછડાઇથી બોલતા નહિ.

૯૭ તમે સભ્ય છો કે અસભ્ય છો તેની પહેલી પરીક્ષા કોઇ પણ કરશે અને તેના ઉપર તમારી જીંદગીનો આધાર છે.

૯૮ તમે ગમે તેવી સ્થીતિમાં હો તોપણ તમારા માબાપને યોગ્ય માન આપવાનું ભુલતા નહિ. કારણ કે તેમનો તમારા ઉપર અનહદ્ ઉપકાર છે.

૯૯ જે છોકરાઓ મોટા થયા પછી પોતાના માબાપ તરફ બેદરકાર રહે છે. તેઓ વાસ્તવિક રીતે પોતાના છોકરાંને પોતાની વૃદ્ધાવસ્થામાં તેમ કરવાનું શીખવે છે.

૧૦૦ માબાપે પણ પોતાનો પુત્ર મોટો થાય ત્યારે તેને મિત્ર તરીકે ગણવો જોઈએ. કારણ કે.

लालयेत् पञ्चवर्षाणि दशवर्षाणि ताडयेत्
प्राप्ते षोडषे वर्षे पुत्रं मित्र मिवा चरेत्

૧૦૧ તમારા ઘરમાં ભિન્ન ભિન્ન મત હોય તો તેના માટે તકરાર નહિ કરતાં એક સંપીથી કાર્ય કરશો તો સુખી થશો.

૧૦૨ તમારા ઘરનો ફજેતો બહાર પાડશો તો તમારા મિત્રો એક વખત તેને માટે તમારીજ હાંસી કરશે તે ખચીત્ માનજો.

૧૦૩ 'સંપ ત્યાં જંપ' એ સૂત્રનો યથાર્થ સ્વરૂપ ખ્યાલમાં રાખીને તમારૂં વર્તન ચલાવો.

૧૦૪ મતની અંદર ભિન્નતા ભલે હો, પણ જ્યારે ખરૂં તમારા સમજવામાં આવે ત્યારે તેને બીજાની નજરમાં હલકા પડયાની દરકાર કર્યા વિના ગ્રહણ કરો.

૧૦૫ જો તમારો કદાગ્રહ પકડી રાખશો તો તમે હાંસીને પાત્ર થશો. નહિતર પાછળથી તમારી પ્રશંસા થશે.

૧૦૬ તમે ભોળા હૃદયના થજો પણ તમારી ભોળાઇનો લોકો ખોટો લાભ ના લેઈલે તેને માટે સાવચેત્ રહેજો.

૧૦૭ દરેક તરફ નમ્ર થજો પણ સ્વમાન ગુમાવવાનો પ્રસંગ આવે નહિ તે માટે સાવચેત રહેજો.

૧૦૮ તમારા વ્યવહારમાં પ્રમાણીકતા રાખશો તો તમને તમારા જીવન પ્રવાહમાં હરકત્ આવશે નહિ તે ખચીત રીતે માનજો.

૧૦૯ તમારા વેપારમાં પણ પ્રમાણિકતા રાખશો તો તમે ગુમાવતા નથી પણ ભવિષ્યમાં તમને મોટો લાભ થશે તે તે ખચીત્ માનજો. કારણ કે પ્રમાણિકતાથી દરેક જણ તમારો વિશ્વાસ રાખશે.

૧૧૦ તમારા મિત્રો સાથે મલતાવડા થાઓ, આનંદી તથા હસમુખો ચહેરો રાખો.

૧૧૧ વખત નકામો ગાળશો નહિ, તેનો બની શકે તેટલો સારો સદ્ઉપયોગ કરો,

૧૧૨ પૈસો ગુમાવ્યો હશે તો ઉદ્યમથી પાછો મલી શકશે, તબીયત બગડી હશે તો દવા વીગેરે ખાવાથી ઠેકાણે આવશે, પણ ગુમાવેલો વખત પાછો આવતો નથી.

૧૧૩ તમારૂં કામ નિમેલે વખતેજ કરવાની ટેવ પાડો. તેથી કામ તમારો રાજા થશે નહિ પણ તમે તેના રાજા થશો.

૧૧૪ દરેક કામમાં નિયમિતતા રાખતા શીખો. તો તમારી કિંમત વધશે અને તમને વધારે લાભ થશે.

૧૧૫ તમે ગમે તે સ્થીતિમાં હો તોપણ સદાચાર અને નીતિનો રસ્તો છોડશો નહિ. લાલચોથી લપટાશો

નહિ. મનને દૃઢ રાખીને તમારો માર્ગ આગલ કાપજો.

૧૧૬ મન અને શરીરને જેવી રીતે કેળવીએ છીએ તેવી રીતે આપણુને સુખકર્ત્તા અગર દુઃખકર્ત્તા થાય છે.

૧૧૭ ગમે તેવા દુઃખના પ્રસંગે પણ મનની સ્થીરતા માં- જરા પણ ફેર ન પડે તે ખરી માનસિક કેળવણી છે.

૧૧૮ જરાક લાલચ આવે કે તમારા બાંધેલા સંકલ્પ નેતિલાંજલી આપશો તો તમે ડગમગતા મનના થશો, પછી તમારો વિશ્વાસ કોઇ રાખશે નહિ ને તમે દુઃખી થશો.

૧૧૯ मनः एव बन्ध मोक्षयोः कारणम्.

Mind makes Hell of Heaven and Heaven of Hell.

આપણા બન્ધ મોક્ષનું કારણ મનજ છે.

૧૨૦ તમારા વિચારો હંમેશાં શુદ્ધ, ઉંચાઆશયવાળા અને મહાન રાખશો તો તમારા કાર્યોપણ તેવાં થશે.

૧૨૧ તમારે જેવા થવાની ઈચ્છા છે તેવા તમે છો. કારણ સર્વોપરિ શક્તિની સહાયતાથી આપણી ઈચ્છા શ- ક્તિનું બળ એવું છે કે જેવા આપણે થવા માગીએ છીએ તેવા આપણે થઇએ છીએ.

૧૨૨ તમારે જે કામ કરાવવાની ઈચ્છા હોય તે તરવારના જેવા ઘા કરી કરાવવાનો વિચાર રાખશો નહિં પણ આ-

નંદ ને મઝામાં કરાવવાની તજવીજ રાખજો.

૧૨૩ એક મૂર્ખને તેની મૂર્ખાઇના પ્રમાણમાં ઉત્તર આપશો નહિ; કારણ કે તેમ કરવાથી તમે પણ તેના જેવાજ કહેવાશો.

૧૨૪ કોઇ માણુસને માટે તમને શંકા આવતી હોય તો તમારા તાબામાં નીમશો નહિ; જો તેને નીમો તો વહેમ રાખશો નહિ.

૧૨૫ જે ઉછીનું માગતો જાય છે તે આખરે પસ્તાવો કરેછે.

૧૨૬ વ્યાજ ભારે તો સલામતી ઓછી.

૧૨૭ ગમે તેવું ગરીબ ઘર હોય, પણ તેમાં સદ્ગુણી, કરકસરવાળી, હસમુખી, અને સુઘડ સ્રીનું રાજ્ય હોય તો સુખનું અને નિરાંતનું સ્થાન થઈ પડે છે.

૧૨૮ સારૂં પુસ્તક માણુસનો સારામાં સારો મિત્ર છે.

૧૨૯ આત્મ સંયમની સર્વોપરિ સત્તા એજ મનુષ્યપણાના શુદ્ધ સ્વરૂપની સંપૂર્ણુતા જાણવી.

૧૩૦ મુગા રહો, પણ જો બોલો તો તમારા બોલ તમારા બધ રહો કરતાં રૂડા હોય તોજ બોલજો.

૧૩૧ સુંદર દાળ બનાવી હોય, તેમાં પુષ્કળ આંબલી નાંખવાથી તે જેમ બગડે છે તેમજ સત્ય વસ્તુને તીખાં, કડવાં વેણુ ઉચ્ચારીને બગાડવી તે કરતાં ચુપ રહેવું તે વધારે સારૂં છે.

૧૩૨ હરેક માણુસની પોતાના પ્રત્યેની સૌથી અગત્યની ફરજ એ છે કે તેણે પોતાના શરીરનું આરોગ્ય બરાબર જાળવવું અને તે માટે આહાર વિહારમાં નિયમિત રહેવું.

૧૩૩ સમ્યગ્ જ્ઞાન, સમ્યગ્દર્શન, અને સમ્યગ્ ચારિત્ર એ મનુષ્યજીવનના મુખ્ય ઉદ્દેશ છે. તેનાથી આપણે નિર્વાણ પ્રાપ્ત કરી શકીએ.

૧૩૪ તમારા ધર્મમાં દૃઢ શ્રદ્ધા રાખો, તેના ફરમાનમાં જરા પણ શંકા લાવશો નહિ. કારણ કે તે દુનીઆના મહાન્ પુરૂષોએ ઘડયા છે.

૧૩૫ હરેક કાર્યની અંદર કુદરતનો હાથ છે તે બરાબર સમજો ને તેનું અવલોકન કરો. જો કુદરતની વિરૂદ્ધ કરશો તો કુદરત તમને શિક્ષા કર્યા વગર રહેશે નહિ.

૧૩૬ કોઇની નિંદા, કુથલી કરવામાં તમારો વખત વ્યર્થ ગુમાવશો નહિ કારણ કે તે તમારા બંધુઓ છે. તેમની તરફ સદ્ભાવ રાખજો ને નમ્રતાથી બોલાવજો.

૧૩૭ તમે કાંઇ ખોટું કામ કર્યું હોય તો તેના માટે પશ્ચાતાપ કરજો અને ભવિષ્યમાં તેમ થાય નહિ તે માટે સાવચેત રહેજો.

૧૩૮ જો હરેક માણસ પોતાની માતૃભૂમિ પ્રત્યેની ફરજ બરાબર સમજે ને તે અદા કરે તો તે દેશ ઉન્નતિની ટોચ ઉપર જઇ બેસે છે.

૧૩૯ ગમે તેવો મનુષ્ય પોતાના દેશ પ્રત્યે કંઇને કંઇક સેવા બજાવી શકશે.

૧૪૦ સંપ સારા કામને માટે બાંધવો જોઇએ કોઇ દિવસ દુષ્ટ નઠારા કામને માટે સંપ બાંધવો ખરાબ છે.

૧૪૧ આપણા ઘરના વ્યવહારમાં સંપ એ જીવન છે. જ્યાં સંપ નથી ત્યાં કંકાસ છે. કંકાસના મિત્રો નિર્ધનતા અને દુઃખ તેની પછવાડે ચાલ્યા આવે છે.

૧૪૨ વહેપારમાં પણ જો પ્રમાણિકતા રાખીને સંપથી વ-હેપાર કરીએ તો ઘણો ફાયદો થાય છે. પાશ્ચિમાત્ય દેશોના વહેપારો આ સિધ્ધાન્ત ઉપરથી રચાયેલાછે.

૧૪૩ જે ટેવો બાલ્યાવસ્થામાંથી આપણને લાગુ પડેલી છે તે ટેવો મોટપણે જતી નથી માટે નાનપણમાં સારી ટેવો પાડવી જોઇએ.

૧૪૪ કેટલાક માણસના સ્વભાવ એવા હોય છે કે નકામી બીક રાખીને ખોટી ચિંતાઓ કર્યા કરેછે ત્યારે કેટ-લાક એવા સ્વભાવના હોય છે કે દરેક વસ્તુઓમાં તેમને કંઇને કંઈ સારૂં લાગે છે.

૧૩૫ સારી ટેવો એ મુક્તાફળનો હાર છે. તે ગુંથવાનું પહેલું સ્થળ ઘર છે કારણ કે જે ઘરમાં માણસ ઉછરીને મોટો થાય છે, ત્યાં તેના લક્ષણો મજબૂત થાયછે.

૧૪૬ આપણા કરતાં જે મોટા હોય, તેમને તેમની યોગ્યતા

પ્રમાણે માન આપવું અને તેમની સાથે નમ્રતા રાખવી, આપણા બરોબરીઆ સાથે હેત પ્રીતથી હલવું મલવું, અને આપણાથી નાના કે ઉતરતા હોય તેમની સાથે માયાળુ પણાથી ચાલવું.

૧૪૭ ફક્કડ અને ભપકાદાર પોષાક કરતાં સ્વચ્છ અને સાદો પોષાક પહેરો.

૧૪૮ મુસાફરીમાં અથવા એકાંતમાં વિદ્યા તેજ આપણો મિત્ર છે, અને ઘરમાં ઉમદા સ્વભાવવાલી અને આજ્ઞા પ્રમાણે ચાલનારી કુળવંતી સ્રી મિત્ર છે, માંદા માણુસને સુખ આપનાર ઓસડ મિત્ર રૂપે છે.

૧૪૯ જે માણુસ મરી જાય છે તેનો ખરો મિત્ર તો ધર્મજ છે, માટે ધર્મધ્યાન કરવું તે દરેક માણુસની ફરજ છે.

૧૫૦ હિંદુઓના આર્ય પૂર્વજોનું નીતિવચન છે, કે પોતાની જાતના વખાણ ન કરવાં. અને બીજાની નિંદા ન કરવી.

૧૫૧ ગુણના બદલામાં ગુણ કરવાનું જાનવરો સરખા પણ ભુલતા નથી તો મનુષ્ય તે ભૂલે તે તેની નીચતા બતાવે છે.

૧૫૨ જે દેશમાં સંચાની મદદથી જુદી જુદી જાતનો માલ તૈયાર કરવામાં આવે છે તે દેશમાં ધનનો વરસાદ વરસે છે.

૧૫૩ અણધાર્યું સંકટ આવી પડે ત્યારે ગભરાઇ ન જતાં

મન ઠેકાણે રાખીને સહન કરવું તેનું નામ ધૈર્ય છે.
૧૫૪ મિત્રની પસંદગી બરાબર કરજો. જે તમારા સુખ દુઃખમાં સમાન ભાગ લે તેજ તમારો ખરો મિત્ર છે નહિતર માલ મલીદા ખાનારા ભામટા છે એ નક્કી સમજજો.
૧૫૫ દરેક કાર્યમાં સ્વાશ્રયી બનવાની ટેવ રાખજો કારણ કે આપ સમાન બળ નહિ ને મેઘ સમાન જળ નહિ.
૧૫૬ જે દ્રવ્ય મેલવો તે તમારી ખરી મહેનતનુંજ લેજો કારણ કે માર્ગાનુસારીનું પેલું પગથીયું "ન્યાય સંપન્ન વિભવઃ" છે એ નક્કી માનજો.
૧૫૭ લક્ષ્મી ચંચળ છે માટે તેના માટે અભીમાન રાખીને ગરીબનો તિરસ્કાર કરતા નહિ કારણ કે ગુલાબનું ફુલ બપોરે ખીલેલું દેખાય છે પણ સાંજે કરમાઇ જાય છે. મહા શક્તિવાન સુર્ય પણ સાંજના અસ્ત પામે છે.
૧૫૮ સાંજ સવાર માફકસર કસરત કરજો, ખાવા પીવામાં મિતાહારીને નિયમિતસર થશો તો તમે મજબુત ને તન્દુરસ્ત રહેશો.
૧૫૯ "અહિંસા પરમો ધર્મ" એ સુત્રનો અર્થ બરાબર સમજજો ને કોઈ જીવને મારી નાંખવો તે ફક્ત હિંસા છે એટલુંજ નહિ પણ કોઇની લાગણી

દુખાવવી તે પણ એક જાતની હિંસા છે માટે તમારા બંધુઓની તથા મુંગાં પ્રાણી વિગેરે કોઇની લાગણી દુઃખાય તેમ કરશો નહિ.

૧૬૦ જ્ઞાનરૂપી શક્તિનો સદ્ ઉપયોગ કરવાનો પ્રયત્ન કરજો. તમારી બુદ્ધિ તમારા બંધુઓને છેતરવામાં ને તેમને દુઃખ દેવામાં વાપરશો નહિ.

૧૬૧ સ્વદારા સંતોષી થાઓ. પરસ્રી સાથે હાંસી મશ્કરી કરશો નહિ તથા તેમના અવયવો તાકી તાકીને જોશો નહિ. લગ્ન ફક્ત વિષય સુખને માટે નથી પણ તેના ઘણા આશયો છે. દિવ્ય પ્રેમ એ બધાનું મુળ છે.

૧૬૨ લગ્ન વખતે લીધેલી પ્રતિજ્ઞાઓ તમે બરાબર સમજજો ને તમારી સ્રીને બરાબર સમજાવજો. તમારી સ્રીની સાથે તોછડાઇથી બોલવાની ટેવ ન રાખશો કારણ કે તેનાથી કલેષનો વધારે સંભવ રહે છે.

૧૬૩ તમારી વાસનાઓ ને ઇચ્છાઓના તમે ગુલામ થશો નહી પણ તેમને તમારા ગુલામ બનાવજો. તમારા હુકમમાં રાખજો.

૧૬૪ વીશ વર્ષ સુધી બ્રહ્મચર્ય બરાબર રીતે પાળજો. તેથી તમારા શરીર તથા મનને મજબુત બનાવી શકશો ને ધારશો તે કરવા શક્તિમાન થશો કારણ

કે બ્રહ્મચર્ય એજ ખરો શરીરનો રાજા છે ને પરમ પદનું પણ મુખ્ય સાધન છે.

૧૬૫ સ્વદેશ પ્રેમી થાઓ–તમારા બંધુઓ તરફ સ્નેહ રાખો તેમને તમારાથી બનતી મદદ કરો.

૧૬૬ સ્વદેશી કારીગીરીને ઉત્તેજન આપવા માટે બનતો પ્રયાસ કરજો.

૧૬૭ વિદેશી વસ્તુઓ ખરીદવામાં જેટલો પૈસો આપણે વાપરીએ છીએ તેટલો પૈસો આપણે આપણા દેશ-માંથી ઓછો કરીએ છીએ ને તેને માટે આપણે જવાબદાર છીએ.

૧૬૮ બીજા દેશોની ઉન્નતિનો બારીકાઈથી અભ્યાસ કરો અ-ને તેવા સાધનો તમારા દેશમાં ખીલે તેવો પ્રયાસ કરો.

૧૬૯ આપણા દેશના સુતેલા હુન્નર ઉદ્યોગોને પાછા જાગ્રત કરવા કમ્મર કસીને તૈયાર થાઓ.

૧૭૦ સ્વદેશ પ્રેમ, સ્વદેશ સેવા, અને સ્વદેશ ઉન્નતિ એ લક્ષ્યમાં રાખો.



# આંખની સંભાળ.

## નીશાળે જતાં છોકરાંઓ અને વાંચનારાઓ માટે થોડાક અમૂલ્ય નિયમો.

૧. જે જગ્યાએ પુરતુ અજવાળુ ના હોય ત્યાં કદી વાંચવું નહીં.

૨. વાંચતી વખતે ડોકું નીચું નમાવી કદી વાંચવું નહીં. બરાબર દસ્તક ના ઉકેલાય તો તમારી ચોપડી તમારી આંખો પાસે લાવો પણ ડોકું નીચું ઘાલી કદી વાંચવું યા લખવું નહીં વાંચતી અને લખતી વખતે તમારૂં ડોકું ટટાર રાખો.

૩. ચોપડી આંખોથી આશરે ચૌદ ઇંચ દૂર રાખી વાંચવું

૪. જ્યારે જ્યારે તમે બારી આગળ અથવા દીવાના પ્રકાશથી વાંચતા હો ત્યારે એવી ગોઠવણ કરો કે તે અજવાળું કાંતો માથા ઉપરથી અથવા તમારી ડાબી બાજુથી આવે, આંખો ઉપર સામો પ્રકાશ લેવાથી આંખોનું તેજ ઘટે છે.

૫. વાંચતી વખતે એક્કી ટશે કલાકના કલાક વાંચવું યા લખવું નહીં. થોડીવાર વાંચી આંખો ચોપડીમાંથી ખસેડી બહુ દૂર નજર નાખવી એથી આંખોને આરામ મળે છે. એક કલાક વાંચી આંખોને દશ મીનીટ આરામ આપવો.

૬. તડકો ચોપડીપર પડતો હોય ત્યારે વાંચવું નહીં

૭. આગગાડીમાં અથવા દોડતી ગાડીએ કદી વાંચો નહીં.

૮. હીંચકાપર અથવા આરામ ખુરશીપર બેસી કદી વાંચો નહીં. ટટાર બેસી વાંચવું.

૯. તમારી આંખો સાંજ સવાર ચોખ્ખા અને થંડા પાણીથી ધોજો અને ફરવા જાવ ત્યારે લીલી ઘાસ અને દૂરના ઝાડો તરફ લાંબી નઝર નાંખજો.

૧૦. જે દીવેથી વાંચો તેનો પ્રકાશ પુરતો અને સ્થિર હોવો જોઇએ.

૧૧. સીનેમેટોગ્રાફ તમારી આંખો બગાડશે.

| | |
|---|---|
| તા. ૨૦-૭-૧૭. | પ્રસિદ્ધ કરનાર. |
| લી. | અમદાવાદ, |
| ડા. બળવંતરાય ન. કાનુગા. | સેનીટરી એસોસીએશન |

સ્વદેશી વડો દેશીનાં દુઃખ ટાળે,
હજારો જનોને સદા જેહ પાળે;
વળી લોક કલ્યાણમાં લાભ લેખે,
પુરા પ્રેમથી કોણ તેને ન પેખે. ૪

નથી વિદ્વતા વાપરી દેશ કાજે,
નથી વાપરી પાઇ જો લોક લાજે;
નથી કામ કીધાં સ્વદેશાભિમાની,
વૃથા જન્મ ખોયો, કરી શી કમાણી. ૫

વિદેશે વસીને ઘણો કાળ ગાળી,
સ્વદેશે ગયો જે ભલો ભાગ્યશાળી;
વિયોગી સગાં ભૂમિને ભેટી ભાવે,
કહો કોણને હર્ષના આંસુ નાવે. ૬



# જાહેર વિજ્ઞપ્તિ.

સર્વે જૈન બન્ધુઓને નમ્રતા પુર્વક વિનંતી કરવાનં કે અમારી કંપનીમાંથી જૈન ધર્મનાં તમામ જાતનાં પુસ્તકો વેચાતા મલશે. પ્રાતઃ સ્મરણીય શ્રીમાન્ વિજયનેમિસૂરીશ્વરજી સાહેબના વિદ્વાન શિષ્યો એ રચેલા ગ્રંથ તથા દયા વિમલજી ગ્રંથમાળા તરફથી પ્રસિદ્ધ થયેલ ગ્રંથો તથા શ્રી જૈન ધર્મ પ્રસારક સભા તથા શ્રી આત્માનંદ સભા તરફથી પ્રસિદ્ધ થયેલા ગ્રંથો તથા શેઠ દેવચંદ લાલભાઇ પુસ્તકોદ્ધાર ફંડ તથા શા. ભીમસી માણેક આદિ સંસ્થાઓમાં વેચાતાં પુસ્તકો અમારે ત્યાંથી કિફાયત ભાવે વેચાતા મલશે. કાર્યની ત્વરા અને કુશલતાનો ખ્યાલ અમારી સાથે કામ પાડેથી આવશે. માટે ઓર્ડર આપી ખાત્રી કરશોજી.

જૈનેતર પુસ્તકો પણ વ્યાજબી કમીશન લેઇને અમે મંગાવી આપીશું.

સુજ્ઞેષુ કિં બહુના

લી.

**માસ્તર અંબાલાલ ઉમેદચંદ એન્ડ કુંપની.**

જૈન બુકસેલર એન્ડ પબ્લીશર્સ.

ઠે. પાંજરાપોલ-અમદાવાદ.